

**Skeyti frá Má til frændfólks
með efni sem varðar
Snædísí Gunnlaugsdóttur**

1. Yfirlit.
2. Nokkur orð Má, til frændfólks, um kveðjuathöfn Snædísar 29. okt. 2018.
3. Dagskrá kveðjuathafnar.
- 4-5. In memoriam. Frá Sigurjóni og börnunum. Tölvupóstur og kveðjuathöfn.
6. Snædísar minnst í Mbl. 24. okt. 2018.
- 7-8. Hrafn og Óli Schram um Snædísí. Af Facebook.
9. Rétt meðferð. Grein um skjaldkirtilssjúkdóma í Mbl. 30. okt. 2018.
10. Vitundarvakning. Grein eftir Róbert Guðfinnsson í Mbl. 27. okt. 2018.
11. Tinna, um systur sína, í kveðjuathöfn.
12. Ljóð Egils "Þetta litla ljós", sem hann söng í kveðjuathöfn.
13. Sylgja Dögg, um móður sína, í kveðjuathöfn. Mamma.
14. Harpa Fönn, um móður sína, í kveðjuathöfn. Hvað er það mikilvægasta í lífinu?
- 15-21. Minningargreinar í Mbl. 5. nóv. og 16. nóv. 2018.
- 22-23. Viðbrögð lesenda við þessu efni.
24. Mynd af Snædísí í skógi. Af Facebook.
25. Mynd af Snædísí með Margréti Ólafsdóttur í 17. júníöngungu á Húsavík 2016. Már Viðar.
26. Mynd af Snædísí með Hrafn og Davíð Oddssyni frá 2003. Af Facebook.
27. Mynd Sigurðar Hauks tekin á Eiríksgötu 4. Amma María Víðis Jónsdóttir (1895), síðan koma þrír drengir, Hrafnkell Hall (1952) efst, þá Þorvaldur Tómas (1954) og neðst Már Viðar (1949). Þá börn Herdísar (1923), sem stendur lengst t.h., Tinna (1954) með brúðu, Hrafn (1948), Snædís (1952) og Þorvaldur (1950).
28. Skírnarveisla 1952. Snædís, María Erla, og Hrafnkell Hall fæddust öll árið 1952. Hér er líklega mynd frá sameiginlegri skírnarveislu, annað hvort á Brekkugötu í Hafnarfirði eða í Mávahlíð 22. María (1928) (sitjandi) heldur á Bjarna (1950), síðan stendur Már (1949) á stól við hlið Þóru (1925) móður sinnar, sem heldur á Maríu Erlu, þá heldur Herdís (1923) á Snædísí og síðast Dóra (1922) á Hrafnkeli. Framar eru Þorvaldur S. (1933) með Þorvald (1950) í fanginu og síðast Hrafn (1948) og Þórir Hall (1946).

Sæl!

Ég var viðstaddur kveðjuathöfn fjölskyldu Snædísar Gunnlaugsdóttur í Kapellu í Fossvogi 29. okt. sl. (2018). Athöfnin var fyrir nærstadda eingöngu, þ.e. börn og systkini Snædísar og Sigurjóns. Ég var þar fulltrúi annarra Víðisa og segi ykkur þess vegna frá athöfninni hér að neðan.

Við Margrét, ásamt Maríu Erlu og Ingó, heimsóttum Snædísí að Kaldbak í ág. sl., þegar við vorum fyrir norðan vegna 140 ára afmælishátíðar Þverárkirkju, heimakirkju Víðisfjölskyldunnar. Benedikt Sigurjónsson var þá á Kaldbak, ásamt Elenu og nýfæddu stúlkubarni þeirra, Dunu Líf. Við grilluðum og áttum góða stund saman. Ekki gátum við séð að neitt amaði að Snædísí þá, nema etv. full mikil vinna við ferðapjónustu. Í dag erum við þakklát fyrir þessa gefandi samverustund. Benedikt og fjölskyldu sáum við aftur daginn eftir, á Þverárhátíð.

Í byrjun júnímánaðar árið 1970 heimsótti ég Herdísí og Gunnlaug á Dunhaga 19. Erindið var að spyrja þau hvort ég mætti nota nafnið Snædís á dóttur mína, sem fæðst hafði 7. janúar. Þau héldu það nú, það væri bara ánægjulegt fyrir þau. Á þessum tíma voru bara til þrjár Snædísar í landinu; Snædís Gunnlaugsdóttir 18 ára, kona á Austurlandi á níráðisaldri, og síðan stúlka sem ég man ekki aldur á. Þetta varð úr, stúlkan var skírð Snædís Erla á þjóðhátíðardaginn. Til eru myndir sem sýna m.a. langömmurnar Þórdísí og Maríu, Jón Víðis bróður Maríu, og sr. Lárus Halldórsson. Athöfnin fór fram á Hverfisgötu 41, heimili ömmu og afa Snædísar litlu. Fjórum árum síðar flutti litla fjölskyldan á Dunhaga 19, hæðina fyrir neðan Herdísí og Gunnlaug. Snædís Erla býr nú í Svíþjóð.

Með þessu skeyti fylgir dagskrá kveðjuathafnar. Dætur Snædísar útskýrðu atburðarás sl. tveggja ára. Snædís hafði lengi átt við erfiðan skjaldkirtil að stríða, en fyrir um það bil tveimur árum var hann alveg skorinn burtu, vegna stækkunar í hluta hans. Enginn krabbi fannst. Almennt er álitíð að aldrei eigi að taka allan kirtilinn, ef nokkur leið er að komast hjá því. Hann framleiðir lífsnauðsynlegt hormón. Þetta varð til þess að Snædís þurfti að taka hormón daglega í lyfjaformi. Eins og fram hefur komið í fjölmiðlum er ekki allt í boði hér á landi, fyrir utan það að áhugi lækna á málefnum skjaldkirtils virðist takmarkaður. Snædís segist, í skilaboðum, hafa þjáðst mikið í hvert sinn sem hún tók lyfið, þ.e. daglega, í nokkrar klukkustundir. Það var eins og hver einasta fruma líkamans brygðist við líkt og heimsstyrjöld geisaði akkurat þar. Snædís sagði þetta óþolandi og að sér virtist engin hjálp í boði af hendi heilbrigðiskerfis. Hún stytta sér því aldur. Allt undirbjó hún vel, útbjó jólagjafir handa barnabörnunum, keypti í jólamatinn og skrifaði systkinum og afkomendum skilaboð.

Athöfnin fór vel fram. Kistan var á staðnum, gerð úr íslenskum viði. Ekki var beinlínis um útför að ræða, en bálför auglýst annars staðar. Hins vegar var auglýst að allir væru velkomnir í kveðjuhóf norður að Kaldbak 17.-19. maí n.k. (2019). Þar verður líklega grillað að hætti Snædísar, en hún fæddist 14. maí 1952, þannig að þetta er sem næst afmælisdegi hennar. Skráið dagsetninguna hjá ykkur, þið sem finnið hjá ykkur þörf fyrir að mæta.

Már Viðar Mátsson 2018

Kveðjuathöfn
Snædísar Gunnlaugsdóttur

Fossvogskapella
mánudag 29.október kl. 16:15

Forspil
(As tears go by, Jagger/ Richards)

Sigurjón Benediktsson setur athöfnina

Hugvekja

Hlöðver/Pálmi syngur Angie eftir Rolling Stones

Systkinin Ísar Pálmi og Dalía Lind flytja kveðjuorð

Egill Ólafsson syngur "Þetta litla ljós"
e. sjálfan sig

Harpa Fönn Sigurjónsdóttir flytur kveðju

Tinna Gunnlaugsdóttir kveður systur

Bæn og blessun

Sylgja Dögg Sigurónsdóttir lýkur athöfn

Egill Ólafsson syngur "As Tears Go By"
eftir Rolling Stones

Viðstöddum er boðið að þiggja veitingar að lokinni athöfn,
klukkan 17:30 á veitingastaðnum Bambus við Höfðatorg

Athöfn í umsjón útfarastofa Rúnars Geirmundssonar
og séra Pjeturs Þ. Maack. Organisti Jónas Þórir

In memoriam
Snædís Gunnlaugsdóttir
14.05.1952 – 22.10.2018



Elsku besta Snædís mín!

Þó sumir kalli þetta kveðju, er þetta ekki mín hinsta kveðja til þín. Við nutum þess að vera saman, vinna saman, hlægja saman, gráta saman, deila og kíta í 42 ár. Ég veit að þú vildir alltaf, að allt sem við gerðum kæmi einhverjum eða einhverju til góða. Látum skyndilegt brottkall þitt verða einhverjum til hjálpar, einhverjum lexía, víti til varnaðar. Þín kveðja til okkar er heldur ekki nein hinsta kveðja. Þú lifir með okkur í minningunni.

Hvað þarf til að taka lífið frá fallettri yndislegri manneskju? Manneskju sem hafði áræði og kraft og kjark langt yfir meðaltal. Manneskju sem var vel menntuð og gáfuð, kát og glöð, sannkallaður gleðigjafi, lagði út í fyrirtækjarekstur meðfram vinnu sinni, og nýtti ómældan tíma í sjálfbóðaliðastörf við skógrækt, uppgræðslu, leiklist og bara að lifa lífinu.

Jú, það þurfti sársauka, óendanlegar kvalir, margra ára vanlíðan, ónýtt heilbrigðiskerfi, lata lækna. Þú varst mikil leikkona, en hlutverk þitt sem verkjalaus einstaklingur lékstu of vel. Þú blekktir okkur öll, og á endanum gafst þú upp, gafst endanlega upp á þessari baráttu við kerfi sem er ekki til fyrir sjúklinga, og sparkar í sjúklinga sem þurfa sífellt að leika sig heilbrigða til að mark sé á þeim tekið.

Skjaldkirtillinn er okkur lífsnauðsynlegur. Fari hann úr skorðum fer lífið úr skorðum. Þetta ættu sérfræðingar í faginu að vita. Hver einstaklingur hefur sín einkenni, en kerfið tekur nú ekki mark á því og setur alla í sömu gryfjuna. Snædís varð alvarlega veik fyrir tveimur árum og á einhvern undarlegan hátt endaði hún sem liðið lík, án þess að öll þessi voðalega miklu vísindi gerðu eitt eða neitt til að lina þjáningar hennar, lækna hana. Skjaldkirtillinn var fjarlægður þó engin merki um illkynja mein væri að finna. Eftirfylgni var engin. Tillitssemi og nærgætni ekki til.

Hún reyndi að fá hjálp hjá fjórum læknum á þessum tveimur árum. Enginn, enginn hvorki nennti eða vildi hjálpa henni að neinu gagni. Hún var hunsuð og sagt að þetta væri svona og hinsegin. Þetta væti bara eðlilegt. En það læknaði ekki neitt. Kvalirnar og svartnættið bara jókst. Hyldýpið sogaði til sín. Sortinn helltist yfir hana.

Síðasti læknirinn sem hún heimsótti á þessu 24 mánaða tímabili sagði henni að skrá sig inn á Vog hjá SÁÁ og það myndi duga. Hún Snædís mín hvorki reykti né drakk áfengi og notaði ekki lyf til að komast í einhverja vímu. Þetta voru síðustu tilraunir hennar til að fá lækningu. Kerfið sjúklingavæddi hana skipulega. Og örugglega.

Snædís tók sitt eigið líf nóttina 22. október 2018.

Í kveðjubréfi til okkar sem syrgjum hana lýsir hún þrautargöngu sinni og vanmætti, vangetu lækna og heilbrigðiskerfis, óendanlegum kvölum; hlydýpi sem enginn á að þurfa upplifa. Meðferð við skjaldkirtilsvanda er vissulega flókin og krefst kunnáttu og nærgætni. Enginn sinnti henni Snædís minni. Hún var farin að trúá því að hún væri ómöguleg og ekki hægt að lækna hana. Hún Snædís Gunnlaugsdóttir var hvorki geðveik né móðursjúk, því síður kvörtunarsjúk eða fæddur sjúklingur. Í okkar augum er hún hetja með ótrúlegt viljaprek.

Allir sem telja sig búa við skjaldkirtilsvanda verða að finna einhvern sem vill og getur hjálpað þeim. Meðferðarúrræðin í fræðunum eru mörg. Það er læknanna að finna þau réttu. Það ætti að vera þeirra starf. Lesið ykkur til, kynnið ykkur málin, notið reynslu annarra.

Ég syrgi minn besta vin. Ekki láta syrgja ykkur.

Heimasíða Skjaldar, samtaka um skjaldkirtilsvanda er full af upplýsingum og þaðan er hægt að komast lengra. Ekki láta bugast. <https://skjoldur.wordpress.com/> Listi yfir sérfræðilækna fylgir hér á eftir (sleppt í pdf skjali Más).

Bálför Snædísar fer fram í kyrriþey mánudaginn 29. október n.k. að hennar ósk, en kveðjuhóf í hennar anda verður að Kaldbak við Húsavík í maí næstkomandi og þangað eru allir velkomnir.

Þeim sem vildu minnast hennar er bent á bankareikning Skjaldar: 0526-26-550500 með kennitölu 550514-1250

Sigurjón, Sylgja, Harpa og Benedikt Þorri.

Andlát

Snædís Gunnlaugsdóttir

Snædís Gunnlaugsdóttir, lögfræðingur á Kaldbak við Húsavík, lést í fyrradag, 66 ára að aldri. Snædís vann mikið að umhverfismálum, sérstaklega skógrækt og landgræðslu.

Snædís var fædd í Reykjavík 14. maí 1952. Foreldrar hennar voru Gunnlaugur Einar Þórðarson hæstaréttarlögmaður og Herdís Þorvaldsdóttir leikkona.

Hún varð stúdent frá MR og lauk lögfræðiprófi frá Háskóla Íslands árið 1977. Hún stundaði einnig söng- og leiklistarnám.

Snædís hóf störf hjá bæjarfógetanum á Húsavík og sýslumanninum í Þingeyjarsýslu strax að loknu lögfræðinámi. Þar vann hún í um þrjá áratugi en þá stofnaði hún ferðapjónustufyrirtækið Kaldbakskot ásamt Sigurjóni Benediktssyni, eiginmanni sínum, og rak það til dánardags.



Snædís var í ýmsum nefndum og félagsamtökum, sérstaklega á sviði umhverfismála, lista og lögfræði, svo sem Leikfélagi Húsavíkur og umhverfissamtökunum Húsgull. Hún var lengi í stjórn og formaður Skógræktarfélags Húsavíkur. Hún var í framboði fyrir Alþýðubandalagið og óháða við bæjarstjórnarkosningarnar á Húsavík árið 1978 og fyrir

Bandalag jafnaðarmanna og Þjóðarflokkinn við alþingiskosningar 1983 og 1987.

Maður Snædísar var Sigurjón Benediktsson tannlæknir. Þau skildu. Þau eignuðust þrjú börn, Sylgju Dögg, Hörpu Fönn og Benedikt Þorra, og fjögur barnabörn, Loka, Dalíu, Ylfing og Dunu.

Bálför fer fram í kyrrþey. Kveðjuhóf verður að Kaldbak í maí næstkomandi.

Hrafn: Snædís systir mín er látin. Enga manneskju hef ég þekkt sem var jafn örlát á sjálfa sig og Snædís systir mín. Lífsgleðin ljómaði af henni. Ég var nær fjögurra ára þegar hún fæddist og man enn eftir því að pabbi fór með mig upp á spítala til að sjá litlu systur nýfædda. Ég man hvernig það var að taka í litlu hendina hennar. Síðan má segja að við höfum haldist í hendur, og hún leiddi mig og leiðbeindi mér þegar mest á reyndi. Ósérhlífín, þolinmóð og með glampa af sínu fallegra brosi í augum. Hún bjó yfir slíku æðruleysi að það var sama hvað á dundi; aldrei missti hún sjónar á hvernig hægt væri að komast í gegnum erfiðleikana. Hún var sá vinur sem ég gat leitað ráða hjá og talað við af einlægni hvenær sem ég þurfti á að halda, og fyrir þá vináttu og hjálp er ég þakklátari en orð fá lýst.

Þegar Aron sonur minn kom til Íslands frá Kúbu, tæpra tveggja ára, tók hún honum opnum örmum. Þegar hann var spurður á barnaheimilinu, hvar hann vildi helst vera, stóð ekki á svari: „Hjá Snædísí“. Í gegnum árin hefur hún reynst honum sem móðir. Aron fór oft að heimsækja hana til Húsavíkur, stundum einn í flugvél, en aldrei hræddur, vegna þess að hann vissi að Snædís beið alltaf eftir honum á flugvellinum. Nú er mikill harmur í hjörtum okkar allra sem áttum Snædísí að.

Óli Schram: Einstök kona og einlægur vinur til lífstíðar er nú kvaddur. Ég þekkti Snædísí frá skólaárum okkar og fallegra par var vandfundið þegar hún hóf sambúð með Sigurjóni. Eftir háskólagöngu þeirra og framhaldsnám komu þau vígreif heim til Íslands og hugsuðu stórt. Þau pökkuðu aleigunni á jeppakerru og óku á sínum Willy's norður til Húsavíkur. Fengu inni í sæmilegum skúr á Kaldbak og lífsbaráttan hófst. Hún vann lengst af hjá sýslumanni, um 30 ár, og hann á sinni tannlæknastofu. Börnin komu eitt af öðru, Sylgja, Harpa og Benedikt.

Stóri draumur Snædísar var alltaf að opna gististað, annast gesti sína og láta þeim líða vel. Þau hjónin byggðu upp staðinn - og ekki af neinum kotungsskap. Árið 2001 opnuðu þau fyrir almenna gistingu á Kaldbak og voru þá komin með 5 einstaklega vel útbúin gistihús. Lítið pláss var fyrir mig svo ég svaf upp í rjáfri í gamla skúrnum. Nú eru húsin orðin nær tuttugu. Gamli upphaflegi skúrin tók á sig mynd glæsileikans með viðbyggingum í allar áttir og gestrisni og glaðværð sveif yfir vötnum. Nú kallast hann Villan og er það nafn með rentu. Í frumbyggð þorpsins þeirra var hún herforinginn, traustið, staðfestan, þjónustan, örlætið og hjálpsemin. Snædís var nefnilega forkólfur, hugvitssöm, áræðin, úrræðagóð og meistari staðarins. Má nefna Hólasand og landareign þeirra á Kaldbak sem skírustu dæmi um eindæma þrákelkni og græna fingur.

Mín lukka var að ég hafði þef af áætlunum þeirra og dreif mig norður þegar fyrsta húsið var orðið fokhelt, í febrúar 2001. Þarna fann ég ekki bara skjól hjá vinum heldur var þessi gististaður í uppáhaldi hjá hverjum og einum af mínum erlendu viðskiptavinum. Húsunum fjölgaði, gróðurinn óx, viðskiptin blómguðust og starf Snædísar kallaði á allt hennar vinnuprek. Hún sagði lausri stöðu sinni hjá hinu obinbera og hellti sér út í viðskipti. Í 20 ár hef ég gist hjá þeim, oft fjórum til fimm sinnum, til þriggja eða fjögurra náttu í hvert sinn, og ekki eitt sumar fallið úr. Stundum oftast - og þá með fjölskylduna mína með. Þarna var best að vera og þarna leið öllum best í ferðinni - þó farið væri allan landsins hring.

Snædís var sem systir mín, tók mér með kossi og kampavíni, og var mér einatt boðið í kvöldmat hjá þeim hjónum, væri til þess stund og tími, heima eða niðri á Húsavík. Síðla kvölds, eftir að ferðafólk mitt hafði komið sér fyrir á sínum næturstað, og amstri dagsins lokið, lögðum við þrjú á klárana og riðum í menninguna á Gamla Bauk, hnýttum klárana fyrir utan krána og nutum samverunnar, þrír haukar sem ein eining. Sú stund gleymist mér seint þegar ég var á ferð fyrir norðan með sex manns og ætlunin var að bregða sér á hestbak. Þegar til kom voru allir bestu hestar leigunnar í langferð, og ekki boðið upp á annað en vesalinga. Ég hafði samband við þau hjónin, og á örskotsstundu voru 8 hestar tilbúnir á Kaldbaki - og við Sigurjón brugðum okkur með fólkinu. Þegar heim var komið, eftir 4 stunda gamanreið, beið okkur heit fiskisúpa með heimabökuðum rúnstykki. Og koníak í kaupbæti.

Allt það fólk sem þarna var með mér, sex manns, heldur sambandi við mig og minnst þessa útreiðartúrs fyrir meir en 20 árum, sem sína bestu minningu um Ísland. Það er einmitt svona lífsreynsla sem lifir í hjörtum okkar, og ég á af þeim helling þegar ég hugsa til Snædísar. Svona gat hún töfrað fram hvað sem var. Framlag Snædísar var hornsteinn í ferðamennsku minni til 25 ára og alltaf brosti hún.

Ég samhryggist innilega fjölskyldunni, börnunum þremur, Sigurjóni og barnabörnum.

Mikilvægt að finna rétta meðhöndlun

SVIÐSLJÓŠ

Guðni Einarsson
gudni@mbl.is



Skjaldkirtilssjúkdómar og meðhöndlun þeirra komust í kastljósið eftir að aðstandendur Snæðísar Gunnlaugsdóttur skrifuðu kveðjubréf um andlát hennar og aðdraganda þess. Hún veiktist alvarlega fyrir tveimur árum. Skjaldkirtillinn var fjarlægður en samt fékk hún ekki lækningu sem linaði þjáningarnar. Að lokum bugaðist hún.

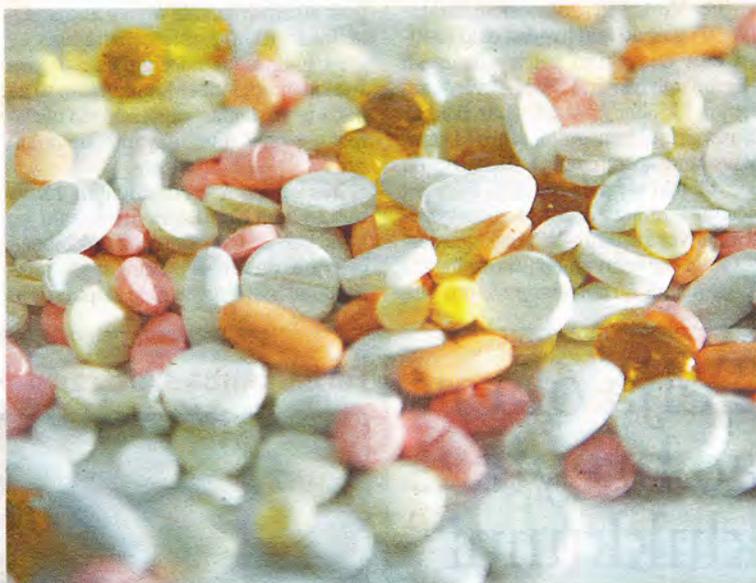
„Allir sem telja sig búa við skjaldkirtilsvanda verða að finna einhvern sem vill og getur hjálpað þeim. Meðferðarúræðin í fræðunum eru mörg. Það er lækna að finna þau réttu. Það ætti að vera þeirra starf. Lesið ykkur til, kynnið ykkur málin, notið reynslu annarra,“ segir í kveðjubréfinu.

Róbert Guðfinnsson, athafnamaður á Siglufirði, skrifaði grein í Morgunblaðið á laugardag. Þar kom fram að hann hefði greinst með vanvirkan skjaldkirtil en lyfin sem hann fékk hér virkuðu ekki. Hann fór til bandaríks lækni sem útveggaði honum annað lyf og eftir viku á því fékk Róbert líf sitt til baka.

Skjaldkirtilssjúklingar

„Undanfarin ár hefur orðið alger sprenging í útbreiðslu skjaldkirtilssjúkdóma, að minnsta kosti í hinum vestræna heimi,“ sagði Þórdís Sigfúsdóttir, gjaldkeri Skjaldar, samtaka um skjaldkirtilsvanda (skjoldur.wordpress.com). Hún sagði að hætt hefði verið að gefa hér lyf unnið úr skjaldkirtli grísa á síðustu öld. Erfitt hefði verið að staðla þessi lyf og innihald þeirra. Engu að síður væru þau notuð víða um heim og m.a. Hillary Clinton, fyrrverandi forsetafrú og forsetaframbjóðandi í Bandaríkjunum, notaði lyf úr þurrkuðum grísaaskjaldkirtli við skjaldkirtilssjúkdómi að staðaldri. Síðan hætt var að nota lyf unnin úr grísum hér hafi verið gefin verksmiðjuframeidd skjaldkirtilshormónalyf.

„Síðustu tíu árin hefur orðið mikil vakning um að þetta sé ekki fullnægjandi meðhöndlun fyrir marga,“ sagði Þórdís. Hún sagði að talsmann Skjaldar hefðu rætt bæði við landlækni og heilbrigðisráðherra og ætlunin væri að eiga



Morgunblaðið/Sverrir

Lyf Sjúklingur segir að birtingarmyndir skjaldkirtilssjúkdóma séu einstaklingsbundnar og að hver og einn þurfi lyf sem honum henti best.

fund með ráðherranum. Einnig er í undirbúningi að skrifa öllum innkirtlafræðingum og heimilislæknum landsins bréf um niðurstöður skoðanakönnunar sem gerð var á meðal skjaldkirtilssjúklinga. Þórdís sagði að svo virtist sem almennt hefðu læknar ekki mikinn áhuga á að kynna sér skjaldkirtilssjúkdóma og meðferð þeirra.

„Það hefur verið mun auðveldara fyrir mig að fá alls konar geölyf og kvíðalyf en að fá aðstoð frá læknum varðandi skjaldkirtillinn minn,“ sagði Þórdís. Hún sagði að birtingarmyndir skjaldkirtilssjúkdóma væru mjög einstaklingsbundnar. „Hver einstaklingur þarf að fá meðhöndlun við sitt hæfi og eftir sínum einkennum.“ Þórdís sagði það vera reynslu þeirra sjúklinga sem hún þekkti að það þyrfti að prófa sig áfram með hvaða lyf hentuðu best fyrir hvern og einn.

Þórdís greindist með skjaldkirtilssjúkdóm komin yfir fertugt.

„Ég hef verið meðhöndluð með T4 og T3 hormónum. Það að fá T3 jók lífsgæði mín um ½. Ég fékk lífið mitt til baka,“ sagði Þórdís. „T3 er undanþágulyf á Íslandi, þótt hægt sé að kaupa það yfir borðið í apótekum sums staðar í öðrum löndum. Ég borga um 12.000 krónur fyrir þriggja mánaða skammt.“

SKJALDKIRTILLINN

Ofvirkur eða vanvirkur

Skjaldkirtillinn er framan á hálsinum og skiptist í tvo hluta sitt hvorum megin við barkann, að því er segir í grein Magnúsar Jóhannssonar prófessors á Vísindavefnum (Hvað er „vanvirkur skjaldkirtill“ og hvað er til ráða?). Skjaldkirtillinn gefur frá sér hormónið þýroxín og getur tekið upp á því að losa of mikið eða of lítið af því.

Algengasta tegund af ofstarfsemi skjaldkirtils er vegna ættgengrar stækkunar á kirtlinum og er hún mun algengari hjá konum en körlum. Vanstarfsemi skjaldkirtils getur orðið í kjölfar ofstarfsemi og hefur skortur á skjaldkirtilshormóni áhrif á flest líffæri. Meðferð við vanstarfsemi skjaldkirtils felst í inntöku þýroxíns daglega.

Þórdís Sigfúsdóttir



Vitundarvakning

Eftir Róbert Guðfinnsson

Það voru daprar fréttir sem bárust í vikunni um andlát Sædísar Gunnlaugsdóttur.

Síðla kvölds á miðvikudag var birt á Facebook-síðu Skjaldar, félags um skjaldkirtilssjúkdóma, minningargrein um Sædís. Þar skrifa

vinir hennar um þá þrautagöngu sem hún gekk, þjáð af vanvirkum skjaldkirtli. Saga sem ekki ætti að þurfa að segja. Sú þrautaganga sem Sædís gekk ætti að heyrast sögunni til. Almennur skilningur á sjúkdómnum er lítill og ekki í forgangi í heilbrigðiskerfinu. Þér hvorki blæðir né eru bein þín brotin. Áhersla í námi innkirtlasérfræðinga er á annað en þennan fiðrilldagaða kirtil á hálsi okkar.

Það erum aðallega við sem höfum gengið þessa þrautagöngu sem skiljum hverskonar vanlíðan fylgir þessum sjúkdómi. Hvað mikið áttak þá er að ná sér af stað á morgnana. Hvernig það er að mæta til



Róbert Guðfinnsson

læknis og hafa það á tilfinningunni að maður sé ímyndunarveikur. Finna til í liðum og vera ávallt með léttan höfuðverk. Vilja helst kúra einn uppi í rúmi án ónæðis.

Vera ekki til neins gagns. Þannig leið mér þegar ég heimsótti dr. Luciani í Phoenix, AZ, haustið 2005. Ég hafði verið greindur á Íslandi með vanvirkan

skjaldkirtil nokkrum árum áður. Þeir læknar sem ég leitaði til skrifuðu til skiptis upp á þau tvö ríkislyf sem ávísað er á Íslandi.

Þau virkuðu bara ekki. Dr. Luciani komst fljótlega að því að líkami minn gat ekki umbreytt undirstöðuhormónum lyfsins í virkt hormón. Eftir viku á öðru lyfi fékk ég líf mitt til baka. Nokkuð sem ég hafði með öllu afskrifað.

Tölfræðin sýnir að það er fimm sinnum líklegra að konur þjáist af vanvirkum skjaldkirtli en karlmenn.

Ég hef átt ótal samtöl í gegnum tíðina um þetta málefni. Sum gagnslaus en önnur sem hafa leitt

» Við skulum minnast Sædísar með því að hefja vitundarvakningu um þennan óföggnuð sem leynist víðar en menn gera sér grein fyrir.

til góðs. Þannig var það með eina heiðurskonu í mínu litla samfélagi. Hún hafði verið mjög virk og hörkudugleg. Á stuttum tíma hrundi heilsa hennar. Þjáð af vanlíðan og örvæntingu var hún meira og minna vistuð á geðdeild og haldið niðri á geðlyfjum. Við nánari skoðum kom í ljós að það var ekki andlega hliðin sem var í ólagi. Vegna endurtekinna áfalla í lífi hennar hafði hormónabúskapurinn farið úrskeiðis. Með réttum skjaldkirtilslyfjum hefur hún síðustu fimm árin notið lífsins í faðmi fjölskyldunnar.

Við skulum minnast Sædísar með því að hefja vitundarvakningu um þennan óföggnuð sem leynist víðar en menn gera sér grein fyrir.

Höfundur er athafnamaður á Siglufurði.

Tinna Gunnlaugsdóttir, um systur sína, 29. okt. 2018.

Elsku besta systir mín, hún Snædís hefur kvatt. Við vissum að hún hafði átt við heilsuleysi að stríða um skeið, en þar sem það var hennar háttur að íþyngja ekki öðrum með sínum vandamálum, bar hún sig vel, alveg ótrúlega vel, allt of vel, - það vitum við núna.

Við vorum fjögur systkinin á heimilinu, fædd á sex árum, tveir eldri bræður, þeir Hrafn og Þorvaldur, svo Snædís og loks ég. Og Snædís tók mig að sér frá upphafi sem heimsins besta stórasystir og við lékum okkur endalaust saman og áttum okkar eigin sameiginlega heim. Auðvitað áttum við líka vinkonur saman eða hvor fyrir sig, en við stóðum hvor annarri næst, ég og Snædís. Og hún var ekki bara góð og skilningsrík stórasystir, hún var líka alveg dásamlega hugmyndaþekkt, skemmtileg og uppátækjasöm.

Mestu sameiginlegu verðmæti okkar systranna voru fólgin í dúkkulísusafni, sem við höfðum komið okkur upp. Það voru engar venjulega dúkkulísur, við teiknuðum þær allar sjálfar, öll föt og húsbúnað líka. Og allt voru þetta miklir karakterar sem lentu í ótrúlegustu ævintýrum. Oftar en ekki var herbergið okkar allt undirlagt af heimi dúkkulísanna. En svo kom að því að Snædís kallaði á mig og útskýrði að nú væri hún að byrja í gagnfræðaskóla og væri hætt að leika í smábarnaleikjum. Og til áréttingar gaf hún mér einn allt dúkkulísusafnið okkar. Og hún Snædís hvikaði aldrei þegar hún var búin að taka ákvörðun.

Hún var orðin unglingur og ég fékk ekki sömu hlutdeild í lífi hennar og áður, en hún var áfram mín stóra fyrirmynd og vinur, alltaf svo undurgóð og skemmtileg. Svo var hún fljótlega komin á fast með Sigurjóni, orðin lögfræðingur og fyrr en varði voru þau flutt saman norður til Húsavíkur þar sem þau tóku virkan þátt í atvinnulífinu og samfélaginu og hlúðu að ört vaxandi fjölskyldu sinn, börnunum, Sylju Dögg, Hörpu Fönn og Benedikt Þorra, að ógleymdum hestum og hundum. Samhliða réðust þau líka af miklum krafti og dugnaði í uppgræðslu á óðali sínu, Kaldbak og raunar náðu þeir grænu fingur til nærsveita Húsavíkur líka, Húsavíkurfjalls og Hólasands með meiru.

Heimili Snædísar var alltaf öllum opið og við fjölskyldan fórum ófáar ferðirnar norður og fylgdumst með því hvernig þau Sigurjón breyttu harðbýlum, uppblásnum mel við Skjálfanda á norðurhjara í sannkallaða paradís, þar sem gróðursæld, gestrisni, kærleikur og manngæska umvafði allt og alla. Ekki bara fjölskyldu og vini, heldur einnig alla þá gesti og gangandi sem dvöldu hjá þeim eftir að þau gerðust frumkvöðlar í ferðaþjónustu.

Snædís var engri lík, örlát á sjálfa sig og sitt, en um leið algert hörkutól. Hún erfði litríkan smekkin, ákefðina og óþreyjuna frá föður okkar, Gunnlaugi, þessa sí-bernsku lífsgleði sem einkenndi hana, en um leið þrautseigjuna og ósérhlífina frá móður okkar, Herdís. Hún bar ávallt umhyggju fyrir öllum, hún var máttarstólpi fjölskyldunnar, miðpunktur og óhagganleg stærð sem ekkert virtist buga eða beygja. Ekki heldur þó hún veiktist og þyrfti að fara í aðgerð - ekki fyrr en eftirköst þeirrar aðgerðar breyttust í martröð þjáninga sem ekkert fékk linað og hún fékk enga bót á. Þá brotnaði hún að endingu og tók hún sína ákvörðun í kyrrþey. – Og eins og henni einni var lagið, hvikaði hún hvergi.

Ég þakka elsku bestu Snædís systur minni, bleiku rósinni, eins og mamma kallaði hana, allt það dýrmæta og góða sem hún veitti okkur öllum af örlæti sínu og skilyrðislausri ást. Ég syrgi þann sársauka sem hún þurfti að ganga í gegnum undir það síðasta, og um leið syrgi ég sinnuleysi þess heims sem brást henni í þeirri baráttu.

Ég syrgi bestu stórusystur í heimi sem kvaddi alltof snemma.
Hvíl í friði, elsku besta Snædís mín.

Þetta litla ljós ...

Þetta litla ljós
sem logar innst,
getur slokknað
þegar varir minnst;
því ég gleymi - allt of oft.

Þetta bjarta bros
sem bætir allt,
mildar lífið
þegar lánið valt;
hefur gleymt að heilsa á mig.

Þó himnarnir hrynji,
hál sé braut -
við endi heims umturnist jarðarskaut;
verum vinir - alla tíð.

Þetta allt sem er,
er ekki neitt,
hjá því að virða'
og elska ástvin heitt;
já, það veit ég - allt of vel.

Þetta litla ljós
sem logar innst,
getur slokknað
þegar varir minnst;
því ég gleymi - allt of oft.

Þó himnarnir hrynji,
hál sé braut,
við endi heims umturnist jarðarskaut;
verum vinir - alla tíð.

Egill Ólafsson/Egill Ólafsson
(lag&ljóð 2002 /Hymnalög og Miskunn dalfíska)

Sylgja Dögg Sigurjónsdóttir, um móður sína, 29. okt. 2018.

Mamma

Ég kvaddi mömmu, eins og við þekktum hana, fyrir nærri tveimur árum. Hún var ekki sjálfri sér lík eftir það. Hún fór í aðgerð, skjaldkirtillinn var fjarlægður, án þess að um væri að ræða illkynja æxli. Venjan er að skilja eitthvað eftir. Eftir að skjaldkirtill hefur verið fjarlægður, þarf að treysta á lyfjagjöf.

Hún lýsti því þannig, að í hvert skipti sem hún tók skjaldkirtilshormónið, byrjaði tilfinning eins og hver fruma væri að rifna; sársauki í hverri frumu byrjaði um 40 mín. eftir að taflan var tekin. Hjartsláttur, órói, verkir í hverri frumu, óendanleg vanlíðan, doði, vanmáttur og brostið viljaprek. Ég upplifði slíka tilfinningu þegar minn skjaldkirtill hökti í febrúar á þessu ári. Mamma uppgötvaði það og sá og bjargaði mér. Ég er með skjaldkirtil. Hennar var ekki til staðar.

Hún tók ekki lyfin í júní 2017 og endaði með sjúkraflugi til Reykjavíkur, nær dauða en lífi. Það var því tvennt í stöðunni. Því trúði hún. Þegar hún tók hormónið leið henni líkt og einhverjum með hnetuofnæmi sem étur eina hnetu á dag. Líkaminn fékk aldrei hvíld. Hún upplifði að það væri verið að eittra fyrir sér. Mamma var vön kvölum og verkjum, það gat hún þolað, en þessi lyf átu hana innanfrá og tóku mömmu mína. Læknar tóku frá henni vonina – trúðu henni ekki, hlustuðu ekki og sýndu ekki nærgætni, sögðust ekkert geta gert. Ætluðu að senda hana á SÁÁ! Hún sagði mér að hlutverki sínu væri lokið. Hún var sátt við líf sitt og því sem hún hafði áorkað, hún var södd og sæl. Hún ætti þrjú stórkostleg börn og barnabörn. Það væri jú tilgangurinn, ekkert annað.

Hún sagði mér að lífsgæðin væru engin. Hver dagur væri þjáning, hver einasta nótt væri svefnlaus, hver pilla framkallaði hydýpi. Kona, sem setti aðra í fyrsta sæti, en sig í það hundraðasta – gat ekki meira, ekki einu sinni fyrir okkur. Hvað gerir kona sem er vön því að vera ofvirk og geta gert allt sjálf? Hún taldi það sín mannréttindi að fá að kveðja á meðan hún gat sjálf tekið þá ákvörðun. Þið megið trúa því að við reyndum, ég las vísindagrein eftir vísindagrein, en ég er ekki læknir og get ekki breytt lyfjum eða skömmtum. Við ákváðum öll í sameiningu að segja frá. Ef það mætti hjálpa einum einstaklingi í baráttunni við veikindi eða heilbrigðiskerfi – þá væri takmarkinu náð.

Mamma var einstök. Hún var minn helsti stuðningsmaður í öllu sem ég gerði og þá sérstaklega í þeirri baráttu sem ég hef staðið í síðustu 12 ár. Hún hringdi fyrir og eftir hvern fyrirlestur, kennslu eða skref hjá mér, mætti þegar hún gat, þótt hún þyrfti að ferðast á milli landshluta. Hún gaf mér það lífsmarkmið að gefa af mér til annarra. Því verð ég henni eilíflega þakklát fyrir. Hún gat alltaf séð ljósið í myrkrinu, séð það góða í öllum, og aldrei mátti tala illa um nokkurn mann. Hún dansaði í stofunni, ræktaði tré, tók á móti gestum. Hún var praktíst alla leið. Hún keypti mat í jólaboðið þessi jól. Og jólagjafir barnabarnanna eru tilbúnar. Mamma ég virði þína ákvörðun, þótt hún sé sár og erfið. Minning þín mun lifa.

Þrautin þyngri sorgin er
þverhnípt, brött og undarleg.
Hrikalegt er hvernig fer
þegar lífið hverfa ber.

Södd, sátt móðir horfin, fer
sætust best og fínust.
Lánsöm, lukkan með mér er
og lífið áfram halda ber.

Harpa Fönn, um móður sína, 29. okt. 2018:

Hvað er það mikilvægasta í lífinu?

Ætli maður spyrji sig ekki þessarar spurningar á hverjum degi, meðvitað eða ómeðvitað?

Lífið er gjöf og lífið er núna. Lífið er í senn fallett, krefjandi, grátbroslegt, fullt af tilfinningum - bæði þungum og léttum. Við upplifum öll lífið á mismunandi hátt, með ólíkum áskorunum. Ekkert okkar er eins og hvert okkar býr yfir einstökum krafti. Við erum öll kraftaverk. Við erum öll ljósberar. Við reynum flest öll að gefa af okkar krafti og skapa okkur stað í þessum margslungna orkubolta sem lífið er. Með tímanum og aldrinum náum við flest öll að finna okkur tilgang og gefa af okkur inn í þetta fallega lífsmengi sem við erum öll hluti af - allt til þess að við getum lifað saman í jafnvægi við krafta náttúrunnar. Líkaminn okkar er einungis tæki til að hjálpa okkur að komast þangað, næstum fullkomið tæki, sem hjálpar okkur að ná markmiðum okkar, og þegar því er náð þurfum við ekki á honum að halda lengur.

Mamma var svo sannarlega búin að finna sinn stað í lífinu. Hún hafði sterka sýn og vissi alltaf nákvæmlega hvert hún þurfti að fara og lét ekkert stoppa sig. Hún fyllti tilveruna af gleði og kátínu, oft með ögrandi skoðunum og öðruvísi framsetningu, sem fékk hvern sem varð á vegi hennar til að líta inn á við og skoða tilveruna upp á nýtt. Fjölskyldan var henni mikilvægust, og hún hætti ekki að dreifa boðskap sínum um fyrirgefningu, að halda virðingu og sýna samkennd á öllum stundum.

Það er á svona stundum sem maður þarf að líta inn á við. Áskoranir leiða af sér lærdóm, og minna mann all hressilega á um hvað lífið snýst. Það er sagt að svona lífsreynsla geri mann enn sterkari, og ég trúí því einnig að hún geri mann að betri manneskju. Það er líklegast síðasta lexían sem hún mamma kenndi okkur öllum - að hlúa að okkur sjálfum. Að hlúa að öllum þeim sem okkur þykir vænt um. Að reyna að breyta heiminum til batnaðar. Að muna það, í gegnum þessa stórkostlegu ferð sem lífið er, að stundum eigum við að ýta öllu frá okkur - vinnu, ábyrgð, skuldbindingum, skömm, sektarkennd, hræðslu, vörn og öðrum tilfinningum sem eru fastar við fortíðina, og taka á lífinu eins og það kemur til manns, þá og þegar, og reyna að breyta betur til framtíðar.

Við skulum hlúa að okkur. Við skulum hlúa að okkar nánustu. Við skulum reyna að virða líf annarra, að virða skoðanir þeirra og líðan, og hlusta. Við erum ekki öll eins, sem betur fer. Og stundum förum við út af sporinu okkar. Við skulum vera óhrædd við að biðja um hjálp. Við skulum vera óhrædd við að bjóða fram hjálp og gefa okkur tíma til að vera til staðar, hvert á okkar eigin forsendum.

Ég mun halda áfram að hlusta á þig, elsku mamma mín, það sem ég á eftir ólifað og lengur. Og þegar ég loka augunum og hugsa til þín, erum við tvær að keyra um í Reykjavík, einhvers staðar í Kópavoginum, á leiðinni í IKEA, alltaf jafn áttavilltar, þú undir stýri og ég að reyna að skoða Google maps, í öskrandi hláturskasti (eða hálfgerðu móðursýkiskasti kannski frekar) öskrandi upp yfir okkur í hvert skipti sem við svínuðum fyrir bíl eða tókum vitlausa beygju. Þessum hlátri mun ég aldrei gleyma og vonandi mun hann vera mér áminning um núvitund og kærleika í öllu því sem ég tek mér fyrir hendur héðan af.

Mbl. 5. nóv. 2018.

Snædís Gunnlaugsdóttir

Snædís Gunnlaugsdóttir, lögfræðingur á Kaldbak við Húsavík, var fædd í Reykjavík 14. maí 1952. Hún lést, 66 ára að aldri, 22 október 2018.

Foreldrar hennar voru Gunnlaugur Einar Þórðarson hæstaréttarlögmaður og Herdís Þorvaldsdóttir leikkona. Snædís átti fjögur systkini, þau Hrafn Gunnlaugsson, Þorvald Gunnlaugsson, Tinnu Gunnlaugsdóttur og Júlíu Margréti.

Hún var stúdent frá MR og lauk lögfræðiprófi frá Háskóla Íslands árið 1977. Hún stundaði einnig söng- og leiklistarnám. Snædís vann mikið að umhverfismálum, sérstaklega skógrækt og landgræðslu.

Snædís hóf störf hjá bæjarfógetanum á Húsavík og sýslumanninum í Þingeyjarsýslu strax að loknu lögfræðinámi. Þar vann hún í um þrjú áratugi en þá stofnaði hún ferðaþjónustufyrirtækið Kaldbakskot ásamt Sigurjóni Benediktssyni, eiginmanni sínum, og rak hún það til dánardags.

Snædís var í ýmsum nefndum, sérstaklega á sviði umhverfismála, lista og lögfræði. Hún var lengi í stjórn og formaður Skógræktarfélags Húsavíkur. Hún var í framboði fyrir Alþýðubandalagið og óháða við bæjarstjórnarkosningarnar á Húsavík árið 1978 og fyrir Bandalag jafnaðarmanna og Þjóðarflokkinn við alþingiskosningar 1983 og 1987.

Eiginmaður Snædísar var Sigurjón Benediktsson tannlæknir. Þau eignuðust þrjú börn, Sylgju Dögg, Hörpu Fönn og Benedikt Þorra. Barnabörnin voru fjögur, þau Ísar Loki, Dalía Lind, Ylfingur Kristján og Duna Líf.

Bálför Snædísar fór fram í kyrrþey, en kveðjuhóf í hennar anda verður á Kaldbak í kringum afmælisdag hennar í maí 2019.

Tinna Gunnlaugsdóttir:

Elsku besta systir mín, hún Snædís, hefur kvatt. Við sem næst henni stóðum vissum að hún hafði átt við heilsuleysi að stríða um skeið, en þar sem það var hennar háttur að íþyngja ekki öðrum með sínum vandamálum, bar hún sig vel, alveg ótrúlega vel, allt of vel, – það vitum við núna.

Við vorum fjögur systkinin á sex árum, tveir eldri bræður, þeir Hrafn og Þorvaldur, svo Snædís og loks ég. Og Snædís tók mig að sér frá upphafi sem heimsins besta stóra systir og við tvær lékum okkur endalaust saman. Auðvitað áttum við líka vinkonur saman eða hvor fyrir sig, en kjarninn var við tvær, ég og Snædís. Og hún var ekki bara undurgóð og skilningsrík stóra systir, hún var líka alveg dásamlega hugmyndarík, skemmtileg og uppátækjasöm.

Mestu sameiginlegu verðmæti okkar systranna voru fólgin í dúkkúlísusafni sem við höfðum komið okkur upp. Það voru engar venjulegar dúkkúlísur, við teiknuðum þær allar sjálfar, öll föt og húsbúnað líka. Og allt voru þetta miklir karakterar sem lentu í ótrúlegustu ævintýrum og oftast en ekki var herbergið okkar allt undirlagt af heimi dúkkúlísanna.

En svo kom að því að Snædís kallaði á mig og útskýrði að nú væri hún að byrja í gagnfræðaskóla og væri hætt að leika í smábarnaleikjum. Og til áréttingar gaf hún mér einni allt dúkkúlísusafnið okkar. Og hún Snædís hvikaði aldrei þegar hún var búin að taka ákvörðun.

Hún var orðin unglingur og ég fékk ekki sömu hlutdeild í lífi hennar og áður, en hún var áfram mín stóra fyrirmynd og vinur. Svo var hún fljótlega komin á fast með Sigurjóni, orðin lögfræðingur og fyrr en varði voru þau flutt norður til Húsavíkur þar sem þau tóku virkan þátt í samfélaginu og hlúðu að ört vaxandi fjölskyldu sinni. Samhliða réðust þau líka af miklum krafti og dugnaði í uppgræðslu á óðali sínu, Kaldbak.

Heimili Snæðisar var alltaf öllum opið og við fjölskyldan fórum ófáar ferðirnar norður og fylgdumst með því hvernig þau Sigurjón breyttu harðbýlum, uppblásnum mel við Skjálfanda í sannkallaða paradís, þar sem gróðursæld, gestrisni, kærleikur og manngæska umvafði allt og alla.

Snædís var engum lík, örlát og gjafmild, en um leið algert hörkutól. Hún erfði litríkan smekkin, ákefðina og óþreyjuna frá föður okkar, þessa síbernsku lífsgleði sem einkenndi hana, en um leið þrautseigjuna og ósérhlífina frá móður okkar. Hún bar umhyggju fyrir öllum, var máttarstólpi fjölskyldunnar, miðpunktur og óhagganleg stærð sem ekkert virtist buga eða beygja. Ekki fyrr en líf hennar breyttist í martröð þjáninga sem ekkert fékk linað og hún fékk enga bót á. Þá brotnaði hún og tók hún sína ákvörðun í kyrrþey. – Og eins og henni einni var lagið, hvikaði hún hvergi.

Ég þakka elsku bestu Snæðísi systur minni, bleiku rósinni, eins og mamma kallaði hana, allt það dýrmæta og góða sem hún veitti okkur öllum af örlæti sínu og skilyrðislausri ást. Ég syrgi þann sársauka sem hún þurfti að ganga í gegnum undir það síðasta, og um leið syrgi ég sinnuleysi þess heims sem brást henni í þeirri baráttu.

Hvíl í friði, elsku besta Snædís mín.

Áslaug Kirstín, Rósa, Sigríður, Ásta Birna, Ingibjörg, Jóhanna, Málfríður, Guðrún, Nína, Helga, Hafdís, Jenný:

Elsku Snædís mín. Okkur setur hljóðar. Þú stórhuga kona ert öll. Við hverfum til baka í tíma.

Burtu voru dagar Hagaskóla og Dunhaga, við tók Hey Jude, Obladi oblada og Wild Thing. Saumaklúbburinn Síta var stofnaður og lífið tók öll völd. Nokkru seinna skildum við ekkert í að við værum orðnar fimmtugar, sextugar ... ömmur af ástríðu.

Eldhuginn þú brannst sem fyrr fyrir öllum hugðarefnum þínum. Eldmóðurinn kom í ljós hvar sem þú drapst niður fæti; meðal fólksins þíns, vina þinna, í umhverfi þínu. Uppbygging Kaldbaks frá berum mel til gróins unaðsreits. Málefni voru ótalmörg sem snertu þig djúpt.

Í ríkum mæli voru þér í blóð borin skipulagsgáfa, höfðingsskapur, útsjónarsemi og kraftur, einnig umhyggja fyrir öðrum og umfram allt ást á landinu og framtíðarsýn. Allt þetta og miklu, miklu meira.

Og þá varstu hrifin á brott, svo snögglega að við, stelpurnar sem elskum þig, skóla- og bekkjarsystur frá Hagaskóla og MR, bekkjarfélagar úr 6.D, eigum erfitt með að átta okkur á umbreytingunni, að þú burtkallaðist á leifturhraða, óvænt og á deginum hennar Sylju Daggar af öllum dögum.

Ég sé þig fyrir mér, hið ljósa man, hrista lokkana þína og hlæja dillandi hlátri á reistum töltara, á Bláskógaheiði, hundur í humátt.

Ætlaðir að koma í saumaklúbb á fimmtudaginn kemur, nema hvað. Sjáumst, elsku vinkona.

Ólafur B. Schram:

Einstök kona og einlægur vinur til lífstíðar er nú kvaddur. Fallegra þar var vandfundið þegar hún hóf sambúð með Sigurjóni. Eftir mikið nám komu þau vígreif til Íslands og hugsuðu stórt.

Aleigan sett á jeppakerru og óku á sínum Willys norður. Fengu inni í skúr á Kaldbak og lífsbaráttan hófst.

Hún vann lengst af hjá sýslumanni og hann á sinni stofu. Börnin komu eitt af öðru. Stóri draumur Snædísar var að opna gististað, annast gesti og láta þeim líða vel.

Þau byggðu upp og ekki af neinum kotungsskap. Þau opnuðu fyrir almenna gistingu og þá komin með fimm vel útbúin hús. Nú eru þau tuttugu. Upphaflegi skúrin tók á sig mynd glæsileikans með álmum í allar áttir og gestrisni og glaðværð sveif yfir vötnum. Nú kallast skúrin Villan og er það nafn með rentu.

Í frumbyggð þorpsins þeirra á Kaldbak var hún herfönginginn, traustið, staðfestan, þjónustan, örlætið og hjálpsémin. Snædís var forkólfur, hugvitsöm, áræðin, úrræðagóð og meistari staðarins. Má nefna Hólasand og landareign þeirra á Kaldbak sem dæmi um eindæma þrákelkni og græna fingur.

Mín lukka var að ég dreif mig norður þegar fyrsta húsið var risið. Þarna fann ég skjól hjá vinum og var þessi gististaður í upphaldi hjá hverjum og einum af viðskiptavinum mínum. Húsum fjölgaði, gróðurinn óx, viðskiptin blómguðust og Snædís sagði lausri stöðu sinni hjá sýsló og hellti sér út í viðskipti.

Í 20 sumur hef ég gist hjá þeim, árlega fjórum til fimm sinnum og stundum með fjölskylduna mína. Þarna er gott að vera og þarna líður öllum best í ferðinni þótt farið væri allan landsins hring. Snædís var sem systir mín, tók mér með kossi og kampavíni og var mér einatt boðið í kvöldmat hjá þeim hjónum væri til þess stund og tími, heima eða niður á Húsavík. Eftir að ferðafólk mitt hafði komið sér fyrir í sínum næturstað lögðum við þrjú á klárana síðla kvölds þegar amstri dagsins var lokið og riðum í menninguna á Gamla Bauk, hnýttum klárana við kránna og nutum samverunnar, þrjú haukar sem ein eining.

Sú stund gleymist mér seint þegar ég var á ferð fyrir norðan með sex manns og ætlunin var að bregða sér á hestbak. Þegar til kom voru allir bestu hestar leigunnar í langferð og ekki boðið upp á annað en vesalinga. Ég hafði samband við þau hjónin og á örskotsstund voru átta hestar tilbúnir í Kaldbaki og við Sigurjón brugðum okkur með fólkinu. Þegar heim var komið eftir fjögurra stunda gamanreið beið okkur heit fiskisúpa með heimabökuðum rúnstykki og koníak í kaupbæti.

Allt þetta fólk sem þarna var með mér, sex að tölu, heldur sambandi við mig og minnst þessa útreiðartúrs fyrir meira en 20 árum sem bestu minningar sinnar um Ísland. Það er einmitt svona lífsreynsla sem lifir í hjörtum okkar og ég á af þeim helling þegar ég hugsa til Snædísar. Svona gat hún töfrað fram hvað sem var.

Ég samhyggist innilega fjölskyldunni, börnunum þremur, Sigurjóni og barnabörnum. Framlag Snædísar var hornsteinn í ferðamennsku minni til 25 ára og alltaf brosti hún.

Tengdasonur fullur þakklætis

Stundum kemur inn í líf manns fólk sem breytir því algjörlega hvernig maður sér heiminn. Einhvern veginn verður allt litríkara, fallegra, skemmtilegra, áhugaverðara og hefur meiri tilgang. Þessi áhrif eru svo sterk, að hvort sem viðkomandi er með okkur lengur eða ekki, virðist allt saman vera eitthvað aðeins öðruvísi en það var áður en maður kynntist því. Það er þetta fólk sem við geymum ávallt í hjarta okkar, minningarnar eru svo skemmtilegar, góðar og sterkar, að við gleymum því aldrei. Snædís var ein af þessum manneskjum sem gjörbreyttu mínu lífi og hvernig ég sé lífið og umhverfið í dag. Þær eru óteljandi stundirnar sem við fjölskyldan höfum grátið úr hlátri yfir einhverju sem Snædís sagði eða gerði. Nefni sem dæmi þegar ég gekk á eftir henni um rangala Rúmfatalagersins, sem var klárlega hennar uppáhaldsbúð, hún hafði enga hugmynd um að ég væri þar, en þegar hún sneri sér við og sá mig, maður minn, þvílíkt öskur sem kom. Ég held að enginn sem var inni í versluninni hafi misst af því, grunar að það hafi heyrst yfir í Hagkaup.

Hver annar en Snædís (ET) kaupir sér fimm pör af nákvæmlega eins skóm, bara til þess að spreypja fjögur pör í öðrum lit?

Hún var alltaf svo praktísk, of háir hælur? – ekki málið, hún sagaði bara neðan af þeim og málið var leyst. Snædís sá aldrei vandamál, bara lausnir – eins og t.d. að láta mig gleypa einn tómata á dag, þótt mér þyki þeir vondir.

Það er svo stórt skarð sem Snædís skilur eftir sig. En á meðan við sem eftir erum höldum minningu hennar á lofti verður hún áfram með okkur. Við erum svo miklu ríkari að hafa fengið að kynnst henni, átt með henni frábærar stundir við gróðursetningu, á hestbaki, reyna að baka kökur (sem gekk nánast aldrei) eða hlæja saman við matarborðið.

Ég er fullur af sorg yfir því að Snædís er farin frá okkur, en umfram allt er ég fullur þakklætis fyrir að hafa fengið að kynnst henni og eiga hana sem tengdamóður.

Pálmi Steingrímsson.

Mágkona í 40 ár

Snædís Gunnlaugsdóttir var mágkona okkar í rúm 40 ár. Hún lést 66 ára að aldri hinn 22. október 2018.

Snædís tilheyrði stórrí þjóðkunnri fjölskyldu, barmafull af einstökum gáfum, sérvisku og hæfileikum, en hún þurfti aldrei neina leikræna tilburði til að bera af, hvar sem hún var. Hún var gift inn í fjölskyldu uppfulla af metnaði, dugnaði og sérlunduðu fólki, en þurfti aldrei nema sína eðlilegu framkomu til að bera af öllum öðrum.

Glæsileg hugsjónakona. Frumleg og skjótráð, bókstaflega leiftrandi. Kom hugsjónum sínum í framkvæmd og lét verkin tala.

Eðlileg og elskuleg í allri framkomu við háa sem lága. Alltaf upplifun og tilhlökkun að hitta Snædís. Öllum er afmarkaður tími. Hvernig sá tími er notaður er aðalsmerki hvernar manneskju og tími Snædísar var vel nýttur, landinu, náttúrunni, fjölskyldunni, og við leyfum mér að segja, almættinu til góða. Þegar ekki var lengur gerlegt vegna forboða að vera hnarreist og dreifa brosmildri jákvæðni og koma hugmyndum í verk var hennar tími kominn.

Við virtum Snædís í hennar lífi og lífsstarfi, með væntumþykju og aðdáun. Og við virðum hana látna, fyrir allt það sem hún stóð fyrir. Fjölskyldur okkar sakna hennar úr okkar hópi. Núna þegar hún er horfin úr þessum heimi standa eftir verk hennar, hugsjónir og glæstur hópur afkomenda. Hnípnir ástvinir geta hins vegar verið stoltir í harmi sínum, og við erum þakklátir fyrir að hafa verið fálátir þátttakendur í lífshlaupi sem var sérstakt, einstakt, var hennar.

Guðmundur Benediktsson og Stefán Benediktsson.

Saman í lagadeild H.Í.

Haustið 1972 hóf nokkur fjöldi stelpna nám við lagadeild HÍ. Ein í hópnum var Snædís Gunnlaugsdóttir. Hvar sem Snædís fór var eftir henni tekið. Hún var glæsileg, ófeimin, greind og frumleg. Hún vakti fljótt athygli í tímum með spurningum og athugasemdum sem við hin höfðum ekki þorað að spyrja, en á þeim árum tíðkuðust enn þéringar hjá einstöku kennurum.

Úr háskólanum er minnisstætt þegar Snædís bauð til veislu á Fálkagötuna í tilefni af skírn Sylgju Daggar haustið 1973, því hópurinn hafði tekið þátt í nafnavalinu, eða kvennaverkfallið 1975, Snædís með borða sem á stóð: „Konur skríðið upp úr pottunum“. Engin lognmolla í kringum Snædís.

Það fækkaði í stelpuhópnum fyrstu árin og vorum við sex stelpurnar sem lukum laganáminu 1977. Við höfum haldið saman hópinn síðan. Snædís skipaði þar stóran sess. Eitt sumarið voru Snædís og Sigurjón með Sylgju litla á Héraði þar sem Sigurjón var í vinnu það sumarið. Eftir sumardvölinu á Litlu-Brekku varð ekki aftur snúið og hún þráði að komast í sveitina, á þann hluta landsins þar sem sólin skein. Sá draumur rættist þegar þau fluttu að Kaldbak við Húsavík. Þar bjuggu þau í tæp fjörutíu ár, settu svip á bæjarlífið, sinntu skógrækt af mikilli elju, unnu sín störf, hún fulltrúi hjá sýslumanni, hann tannlæknir á staðnum. Þar ólu þau upp börnin sín. Snædís var í leikfélaginu og bæði virk í pólitíkinni, byrjuðu vinstra megin, en höfðu fært sig yfir á hægri helminginn hin síðari ár.

Móttökurnar voru alltaf höfðinglegar á Kaldbak, hvert svo sem tilefnið var, á melinn í gamla daga og skóginn nú. Því þetta fólk hafði áhrif og breytti umhverfi sínu. Uppgræðsla sanda og ræktun landsins var nefnilega enn eitt áhugamálið.

Snædís var trygg vinkona sem lét vita þegar von var á henni í bæinn og þá hittumst við. Fórum gjarnan út að borða á nýja staði, sem Snædís valdi. Drógum út rauða dregilinn þegar Snædís kom í bæinn, enda hátíð. Á sumrin fóru fjölskyldurnar saman í útilegur og síðari árin höfum við svo ferðast saman erlendis. Við minnumst ferða til Washington, til Genf, til Kaupmannahafnar á Stones-tónleika á síðastliðnu ári og nú í vor til Færeyja. Allt frábærar ferðir sem Snædís hjálpaði svo sannarlega til við að gera ógleymanlegar. Ítalíuferðin verður svo farin án Snædísar. Hún er farin í aðra ferð og lengri.

Einhvern tíma eigum við eftir að skrifa bókina Húsrád Snædísar, um það hvernig sjóða skal sviðasultu, hvernig ná skal bleki úr sófa, hvernig þrifa skal klósett, hvernig baka skal köku í rafmagnspotti eða bollaköku í örbylgjuofni. Við munum einnig minnst hennar í hvert skipti sem við fáum okkur þeyttan rjóma út á eftirréttinn eða þegar talið berst að Diet Coke. Við vorum mjög nánar og samferða í gegnum lífið. Við lærðum saman, skemmtum okkur saman og fórum í fjölskylduferðir saman. Við höfðum stuðning af hópnum og þessum vináttuböndum.

Hugur okkar er nú með Sigurjóni og fjölskyldunni allri. Með innilegum samúðarkveðjum.

Birna Hreiðarsdóttir, Jónína Jónasdóttir, Lára V. Júlíusdóttir, Sigríður Ingvarsdóttir og Sólveig Pétursdóttir.

Viðbrögð við samantekt minni um Snædísí Gunnlaugsdóttur

Kærar þakkir frændi – þetta var elskulegt. Hrafn ☺

Sæll Már! Kærar þakki fyrir þetta. Er búin að lesa og finnst gott að fá þessa samantekt. Er í Stokkhólmi að hjálpa til með ömmudrengina þar. Kristinn þurfti að fara á fundi í útlöndum og þá gott að geta verið til staðar.

Bestu kveðjur, Nína (jafnaldri úr Vesturbænum, vinkona mín) ☺

Sæll Már! Mjög sárt og mörg tár fallið, þegar ég hef verið inn á facebook hjá Snædísí og Tinnu. Hafði ekki órað fyrir því að Snædís væri svona veik. Innilegustu þakkir fyrir að leifa okkur að fylgjast með. Ég á líka Snædísí ... Guðnadóttur. Hafði það sem best.

Auður í Kaupmannahöfn (frænka, systir Ásdísar, dóttir Halldóru Sigurðardóttur Olsen) ☺

Þakka þér fyrir að leyfa okkur að lesa þetta. Ég samhryggist ykkur öllum innilega. Mínar bestu kveðjur til ykkar Margrétar - héðan frá Tönsberg þar sem ég er á ráðstefnu.

Margrét (Bóasdóttir, skólasystir mín, jafnaldri, kona vígslubiskups Kristjáns Vals, tónlistarráðunautur þjóðkirkjunnar) ☺

Bestu þakkir fyrir sendinguna kæri frændi minn. Þú ert mikill máttarstólpi í þessari fjölskyldu og allt sem frá þér kemur vel og fallega unnið. Átakanlegt að lesa hvað mikið hefur verið lagt á Snædísí og sorgleg endalokin. Skammdegið skolið á, en vonandi ekki langt í ljósið.

Hjartans kveðjur, Hildur (Hálfðanardóttir, frænka, dóttir Þórnýjar Víðis) ☺

Sæll! Takk fyrir þessa samantekt. Gunnar Hall (sonur Hrafnkels Hall Dórusonar) ☺

Kærar þakkir fyrir þetta Már minn. Frábært að taka þetta saman. Má ég deila þessu með einni bekkjarsystur Snædísar í MR, Málfríði Vilhjálmsdóttur?

Bestu kveðjur, Gylfi (maður Jónínu/Nínu, vinur, jafnaldri úr Vesturbænum) ☺

Sæll kæri frændi! Mikið þakka ég þér fyrir þessa sendingu. Svo óendanlega sorglegt og svo margt fallett orðað í tengslum við brottfall Snædísar. Ég setti skjalið inná fjölskyldusíðuna okkar og skrifaði þar nokkur orð (Facebook). Skeyti til afkomenda Auðar Víðis, vegna andláts Snædísar frænku okkar: Kæra fjölskylda. Már Víðar tók saman upplýsingar, myndir og minningarorð um Snædísí og sendi í tölvupósti. Það er margt fallett skrifað um Snædísí og hennar einstöku mannkosti, en ég staldra sérstaklega við lýsingu Tinnu sem segir m.a. um systur sína: "Hún erfði litríkan smekkinn, ákefðina og óþreyjuna frá föður okkar, Gunnlaugi, þessa sí-bernsku lífsgleði sem einkenndi hana, en um leið þrautseigjuna og ósérhlífina frá móður okkar, Herdísí."

Þetta finnst mér svo falleg lýsing á Snædísí og ekki síður Herdísí og Gunnlaugi, sem ég þekkti mun betur og einmitt svona. Í mínum huga var Snædísí fallega og skelegga frænkan fyrir norðar sem ég á einstaka minningu um, einmitt fyrir margrómaða gestrisni og frændsemi. Við Kiddi (Kristinn) voru að keppa á skíðum á Húsavík, líkleg árið 1978. Þegar verðlaunafhendingu var að ljúka í fjallinu sjáum við hvar Snædís kemur askvaðandi, eins og sólin í átt að okkur, óskar okkur til hamingju og býður okkur heim að Kaldbaki í mat. Hún sótti okkur síðan á hótelið gaf okkur að borða og ég sem man ekki hvað ég borðaði í hádeginu í dag, man að það var Svíkin héri í kvöldmatinn og líf og fjör á bænum. Mikið er ég þakklát fyrir þessa minningu þótt 14 ára unglíngststelpa hefði frekar viljað hanga með unglíngunum en að fara í mat til frænku á þeim tíma. Blessuð sé minning Snædísar. Már hvetur okkur til að mæta í kveðjuhóf sem haldið verður að Kaldbak (Ferðaþjónusta Snædísar) 17.-19. maí n.k. (2019). Ég deili þessu efni nú hér á síðunni okkar.

Kveðja, Ásdís Olsen (systir Auðar, frænka, dóttir Halldóru Sigurðardóttur Olsen, áður gift Karli Ágústi Úlfssyni) ☺

Takk elsku frændi! Góð samantekt. Kær kveðja til þín og þinna. Sylgja Dögg ☺

Góði vin, Már Viðar! Ég þakka þér fyrir þessa sendingu og að deila þannig með okkur þinni góðu þjónustu við minningu frænku þinnar. Það er mér afar dýrmætt að fá að skyggast aðeins dýpra í þessa sögu þjáninga og harms sem þó er um leið svo falleg saga, rétt eins og Snædís var falleg manneskja.

Kærar kveðjur, Kristján Valur (Ingólfsson, vígslubiskup, stjórnaði afmælishátíð á Þverá í sumar) ☺

Komdu sæll kæri frændi! Takk kærlega fyrir þetta. Ég er einmitt mikið búin að vera að hugsa til Snædísar og hennar fjölskyldu síðan þessar ömurlegu fréttir bárust. Við hjónin, ásamt Sigurði syni okkar, gistum einmitt hjá þeim á Kaldabak 2003 og spjölluðum við Snædís þá þó nokkuð saman. Að öðru leyti þekkti ég þau ekkert.

En ég þekki þennan skjaldkirtilssjúkdóm mjög vel, er búin að vera að berjast við þann sjúkdóm í langan tíma. Sem betur fer þá er þó nokkur skilningur hér í UK á þessum vanda og ýmsir góðir sérfræðingar. Ég greindist loksins 1997, en það var ekki fyrr en 2007 sem ég fékk lyf sem gerðu eitthvað fyrir mig og ég hef verið þolanleg síðan þá. En á tímabilinu fyrir það barðist ég oft við mikið þunglyndi og sjálfsmorðshugsanir. Ég var heppin að fá aðstoð fyrir rest, en mér ofbýður hvernig hefur verið komið fram við Snædís. Mér heyrst að heilsukerfið á Íslandi sé að miklu leyti hrunið og það er skelfilegt mál. Þetta er meðal annars ástæða fyrir því að ég sé okkur aldrei flytja til Íslands aftur því ég óttast að missa þá allan stuðning og geta ekki fengið þau lyf sem eru mér lífsnauðsynleg. Takk aftur fyrir að senda mér þetta og ef þú hittir fjölskyldu Snædísar þá bið ég fyrir innilegar samúðarkveðjur til þeirra allra. Þeirra missir er stór.

Kær kveðja til þín og þinnar fallegu, ljúfu konu. Herdís Dröfn (Baldvinsdóttir, frænka sem býr á Englandi, dr. í hagfræði) ☺

Kæri Már! Ég á ekki orð yfir hugulsemi þinni og elju að setja þetta saman um hana Snædís. Ég er hræður og fullur þakklætis. Fæ ég að senda þetta á mína fjölskyldu? Mér finnst þetta svo einlægt og satt. Hafðu þökk. Og ég bið fyrir kveðjur frá okkur öllum.

Kveðja, Sigurjón ☺

Fallegt. Hryllilega sorglegt af því að það hefði verið hægt að komast hjá öllum þessum kvölum. ☹
☹ (frænka, jafnaldra) ☺

Sæll Már! Þakka þér samantektina um Snædís, sem er mikils virði. Ég sé að minningarorð mín til Snædísar eru tvisvar, bæði í tengslum við athöfnina og eins sem minningargrein. Þar sem þetta er sami texti er það óþarfi.

Með góðri kveðju, Tinna ☺

En dásamlegt hjá þér! Takk kærlega fyrir elsku frændi  . Harpa ☺





Már





